

Opinnäytetyö (AMK)

Hoitotyön koulutusohjelma

Sairaanhoitaja

2016

Pia Eskola, Päivi Rantanen

NUORTEN TERVEYDEN EDISTÄMINEN

– koulutuspäivä Lounais- Suomen
Syöpäyhdistyksessä

Pia Eskola, Päivi Rantanen

NUORTEN TERVEYDEN EDISTÄMINEN

- koulutuspäivä Lounais- Suomen Syöpäyhdistyksessä

Opinnäytetyö liittyy Lounais- Suomen Syöpäyhdistyksen projektiin Syövän ennaltaehkäisyn ja terveyden edistämisen osallistava toimintamalli, joka toteutettiin yhteistyössä Turun Ammattikorkeakoulun ylemmän ammattikorkeakoulun toimijoiden kanssa.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää koulutuspäivä *Nuorten terveyden edistäminen* koulujen henkilökunnalle ja nuorisoseuroissa toimijoille. Koulutuspäivän tavoitteena oli kohdistaa huomio nuorten terveyden edistämiseen sekä tuoda nuorten tietoisuuteen nuuskan ja UV- säteilyn vaaroja. Opinnäytetyö sisälsi koulutuspäivän kokonaisvaltaisen suunnittelun ja organisoinnin ohjausryhmän tuella, koulutuspäivän aikataulutuksen, kouluttajien valitsemisen aiheineen, käytännön toteutuksen ja arvioinnin.

Koulutuspäivä toteutettiin Turussa Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen tiloissa Meri-Karinassa 3.9.2016, jossa asiantuntijat kertoivat Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen yhteistyöstä eri oppilaitosten välillä, nuuskan sekä UV-säteilyn vaaroista sekä terveysuskomusmallista nuorten terveyden edistämiseksi. Osallistujia olivat Lounais-Suomen syöpäyhdistyksen vertaistukihenkilöt.

Koulutuspäivä voidaan todeta hyvin onnistuneeksi sekä suunnittelultaan, että toteutukseltaan. Toimeksiantaja ja myös osallistajat olivat tyytyväisiä järjestelyihin ja koulutuspäivän sisältöön. Koulutuspäivän pohjalta annettiin aihe-ehdotuksia seuraavia koulutuspäiviä varten ja toivottiin tulevaisuudessa samankaltaisten koulutuspäivien järjestämistä.

ASIASANAT:

terveyden edistäminen, nuoret, syöpä

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Degree programme in Nursing | Nurse

Completion year of the thesis | 24 pages, 4 attachments

Pia Eskola, Päivi Rantanen

PROMOTION OF JUVENILE HEALTH

-Educational Day for the Cancer Society of Southwest Finland

The thesis is a part of Cancer Society of South West Finland's project "Cancer prevention and health promotion and participatory approach" that was carried out in liaison with the upper Turku University of Applied Sciences operators.

The purpose of the thesis was to organize an educational day "Promotion of Juvenile Health" for school and youth association personnel. The objective of the educational day was to focus attention on promoting health of the youth and to educate the young about the dangers of snuff and UV-radiation. The thesis contained the complete planning and organizing of the educational day with the help of the steering group, scheduling, choosing the instructors and their topics, practical execution and assessment.

The educational day was carried out in Turku on the premises of the Cancer Society of South West Finland on Meri-Karina 3.9.2016, where the experts told about the Cancer Society of South West Finland's collaboration with different learning institutions, dangers of snuff and UV-radiation and a model on perceptions related to promotion of juvenile health. Participants were peer support personnel of the Cancer Society of South West Finland.

The educational day can be deemed as a success for both its planning and execution. The client and other participants were satisfied with the organizing and with the content of the educational day. Based on the educational day there were suggestions about possible topics for following educational days and it was hoped that there would be similar educational days held in the future.

KEYWORDS:

health promotion, youth, cancer

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	5
2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	6
3 TERVEYDEN EDISTÄMISEN LÄHTÖKOHDAT	7
3.1 Nuorten terveyskäyttäytyminen ja siihen vaikuttaminen	7
3.2 Syövän ennaltaehkäisyn toimintamallit	9
3.3 Lounais- Suomen syöpäyhdistyksen ennaltaehkäisevä toiminta.	10
4 HYVÄN KOULUTUSPÄIVÄN EDELLYTYKSET	12
5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN	14
5.1 Toiminnallinen opinnäytetyö	14
5.2 Koulutuspäivän suunnittelu	15
5.3 Koulutuspäivän toteutus	15
5.4 Palaute koulutuspäivästä	17
6 POHDINTA	18
6.1 Eettisyys ja luotettavuus	18
6.2 Prosessin arviointia	20
6.3 Kehittämisehdotukset	22
LÄHTEET	23

LIITTEET

- Liite 1. Kutsu koulutuspäivään *Nuorten terveyden edistäminen*, vanha kutsu
- Liite 2. Kutsu koulutuspäivään *Nuorten terveyden edistäminen*, uusi kutsu
- Liite 3. Palautelomake
- Liite 4. Hakutaulukko

1 JOHDANTO

Terveys- ja hyvinvoinninlaitos julkaisi vuonna 2014 *Syövän ehkäisyn, sen varhaisen toteamisen ja kuntoutumisen tuen kehittamisestä* vuosille 2014- 2025-kansallisen syöpäsuunnitelman osan II. Julkaisun mukaan joka kolmas sairastuu syöpään jossakin elämänsä vaiheessa. Väestön ikääntyessä syöpäpotilaiden määrä tulee lisääntymään. Vuosina 2007- 2011 Suomessa syöpään sairastui vuodessa keskimäärin 14 405 miestä ja 14 051 naista. Vuoden 2011 lopussa elossa olevilla suomalaisilla on todettu yhteensä 243 000 syöpätapausta, joista hieman yli 140 000 naisilla ja lähes 103 000 miehillä. Suomen Syöpärekisterin ennusteiden mukaan vuonna 2025 arvioidaan elossa olevilla suomalaisilla todettun 373 000 syöpätapausta, joista 212 000 naisilla ja 161 000 miehillä. Tämä kehitys lisää syövän diagnostiikan, hoidon ja seurannan tarvetta sekä asettaa haasteita voimavarojen riittävyydelle. (THL 2014, Helldán & Helakorpi 2015.)

Tupakkatuotteiden, kuten nuuskan käyttö ja UV- säteilyn aiheuttamat syövät ovat lisääntyneet etenkin nuorten parissa. Havaittavissa on erityisesti nuuskan käytön lisääntyminen. Nuuskan käyttö nuorella iällä lisää suuontelon, nielun ja nenäalueen syöpää. Myös auringon ja solariumin UV- säteilystä johtuvat ihosyövät ovat yleistyneet viime aikoina ja sama trendi jatkuu tulevaisuudessakin Suomen Syöpärekisterin ennusteiden valossa. Noin 90- 95% ihosyöivistä on yhteydessä UV-säteilyaltistukseen. (THL 2014).

Opinnäytetyö on osa Lounais- Suomen Syöpäyhdistyksen projektia; Syövän ennaltaehkäisyn ja terveyden edistämisen osallistava toimintamalli, joka toteutettiin yhteistyössä Turun Ammattikorkeakoulun ylemmän ammattikorkeakoulun toimijoiden kanssa. Lisäksi tähän kuuluu kaksi muuta opinnäytetyöaihetta, jotka liittyvät koulutuspäivän oleellisesti teemoihin.

Koulutuspäivä toteutetaan 3.9.2016 Lounais-Suomen syöpäyhdistyksen Meri-Karinassa Turussa.

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää monialainen- sekä moniammatillinen koulutuspäivä kouluille sekä nuorisoseuroille yhteistyössä Lounais- Suomen Syöpäyhdistyksen kanssa. Koulutuspäivän tarkoituksena oli kohdistaa huomio nuorten terveyden edistämiseen sekä nuorten tietoisuuteen nikotiinivalmisteiden ja UV- säteilyn vaaroista. Teemana olivat nuorten terveyskäyttämisen haasteet, nuuskan käytön ja UV- säteilyn vaarat sekä näiden aiheuttamien syöpien ennaltaehkäisy. Tarkoituksena oli järjestää toiminnallinen sekä osallistava koulutuspäivä, johon liittyivät luennoitsijoiden lisäksi vahvasti myös työpajatyöskentely eri kysymysten pohjalta.

Koulutuspäivän kohderyhmäksi ajateltiin kouluissa sekä nuorisoseuroissa 13-vuotiaiden parissa toimivia ammattilaisia. Tavoitteena oli luoda informatiivinen sekä osallistava katsaus nuorten syövän ennaltaehkäisyyn, antaa tietoa sekä keinoja viedä informaatiota eteenpäin.

3 TERVEYDEN EDISTÄMISEN LÄHTÖKOHDAT

Terveyden edistäminen on kansanterveystyötä, jossa kohteena on koko väestön terveydentilan ja siihen vaikuttavien tekijöiden kehityksen seuranta ja arviointi. Elämäntapaohjaus ja terveystieteiden kasvatustyö ovat keskeisiä tehtäviä ja tähän osallistuvat Sosiaali- ja terveydenhuollossa työskentelevien lisäksi myös kouluissa, nuorisoseuroissa- ja järjestöissä työskentelevät ammattilaiset. (THL 2014, 25.)

Tässä opinnäytetyössä tavoitteena oli edistää Lounais- Suomen Syöpäyhdistyksen ja nuorten kanssa työskentelevien yhteistyötä ja verkostoitumista terveyden edistämiseksi.

Nuorten terveyden keskeisiä edellytyksiä ovat muun muassa oppilaitoksen työskentelyolosuhteet, eri tahojen yhteistyö nuorten koulutuksellisen syrjäytymisen ja huonon terveyden noidankehän murtamiseksi, nuorten omaehtoinen harrastus-, liikunta- ja kulttuurimahdollisuuksien tukeminen, nuorten oikeuksia ja nuorista huolehtimista kunnioittavan kulttuurin ja perheiden elintapojen tukeminen. (STM, Terveys 2015. 2001:4)

Terveystiedon opetus perustuu tietoperustaan. terveystiedon opetuksen tarkoitus on edistää oppilaiden terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta tukevaa osaamista. Opetuksen lähtökohtana on terveyden ymmärtäminen fyysiseksi, psyykkiseksi ja sosiaalisesti toimintakyvyksi. Opetuksessa käytetään kehittyviä tietoja ja taitoja terveydestä, elämäntavasta, terveystottumuksista ja sairauksista sekä kehitetään valmiuksia ottaa vastuuta ja toimia oman sekä toisten terveyden edistämiseksi. (EDU 2016)

3.1 Nuorten terveystietämyksen ja siihen vaikuttaminen

Kansanterveyden tavoiteltu myönteinen kehitys edellyttää, että kaikille suomalaisille voidaan turvata yhtäläisesti korkeatasoiset, saavutettavissa olevat palvelut sairauksien ja vammojen ehkäisyyn ja hoitoon sekä huolenpitoon ja hoivaan.

Tämä toteutetaan siten, että palvelut sovitetaan yhteen asiakkaiden tarpeiden mukaisesti. Ihmiset voivat edistää terveyttään muun muassa liikkumalla ja syömällä terveellisesti sekä lopettamalla tupakoinnin, mutta he tarvitsevat tietoa ja tukea päätöksensä perustaksi. (STM. 2016)

Kuntapäättäjät luovat kuntalaisille mahdollisuudet huolehtia omasta ja lähipiirinsä terveydestä jo ennen ongelmien syntyä. Terveyspäätöksiä on monenlaisia: Sosiaali- ja terveysten palveluiden kehittäminen, kirjasto- ja kulttuuripalveluihin panostaminen, viihtyisistä ja turvallisista lähiympäristöistä huolehtiminen ja vaikkapa maistuvan kouluruuan takaaminen. Aikuisten – erityisesti päättävässä asemassa olevien – tehtävä on huolehtia, että lasten ja nuorten elinympäristö tukee terveyttä ja hyvinvointia ja mahdollistaa terveet valinnat.

Terveyttä kannattaa edistää nuorten omilla areenoilla, heidän oma kulttuurinsa ja viestintäkulttuurinsa, idolinsa ja vertaisryhmänsä huomioiden (Antila & Kurunmäki 2010, 28).

Lasten ja nuorten terveyteen vaikuttava joukko on laajempi ja heidän merkityksensä suurempi, kuin yleisesti ajatellaan. Terveyden edistäminen on tekoja ja valintoja tavallisen arjen keskellä. Jokainen ihminen voi vaikuttaa nuoren terveyskäyttäytymiseen ja terveydenedistämiseen päivittäin ja mahdollisuudet.

Elinympäristömme joko helpottaa tai vaikeuttaa terveiden valintojen tekemistä. Tähän kaikilla päätöksentekijöillä on iso mahdollisuus vaikuttaa (Antila & Kurunmäki 2010, 28).

Joka vuosi keskimäärin 600 nuorta aikuista sairastuu Suomessa syöpään. Alle 35-vuotiaiden yleisimmät syöpätyypit ovat muun muassa leukemiat, lymfoomat, erilaiset aivokasvaimet ja sarkoomat. Yleisin riskitekijä on tupakka, mutta myös alkoholi vaikuttaa vahvasti joidenkin syöpätyyppien syntyyn. Lisääntyvä ylipaino ja liikkumattomuus ovat yhä kasvavissa määrin riskitekijöitä eri syöpätyyppien synnyssä. (Sylva ry. 2016)

3.2 Syövän ennaltaehkäisyn toimintamallit

Keskimäärin joka neljäs eurooppalainen eli lähes miljoona ihmistä vuodessa kuolee syöpään. Tästä aiheutuu valtavia kustannuksia niin inhimilliseltä kannalta syöpäpotilaille ja heidän perheilleen kuin diagnoseihin ja hoitoon kuluvin resursseina. Syövän torjunta on näin ollen ollut Euroopan tason toiminnan painopisteitä koko vuonna 1985 perustetun Eurooppa syöpää vastaan -ohjelman ajan. (EUR-lex 2016)

Kansanterveystoimilla pyritään ehkäisemään väestön sairastumista. Primaarisella ehkäisyllä pyritään vähentämään syövän ilmaantuvuutta välttämällä altistumista kaiken tyyppisille karsinogeeneille. Sekundaarisella ehkäisyllä pyritään puolestaan vähentämään kuolleisuutta havaitsemalla syöpä varhaisessa vaiheessa, mikä tapahtuu erityisessä sairastumisvaarassa olevan väestön seulonnalla. Hyvin hoidetun väestöseulonnan pitäisi olla tehokkaampaa kuin pyynnöstä toteutettavan yksittäisen seulonnan, ja sen on myös perustuttava tieteellisiin tutkimuksiin, oltava kustannuksiinsa nähden tehokasta ja nojaututtava parhaisiin toimintatapoihin. Tästä on seurauksena se, että seulomalla tapahtuva syövän varhainen havaitseminen, on yksi syövän ehkäisyn strategisista osa-alueista. Organisoitua syöpäseulontaa olisi tarjottava terveille ihmisille kuitenkin ainoastaan, jos seulonta todistetusti pienentää seulonnan kohteena olevan syövän aiheuttamaa kuolleisuutta tai taudin pitkälle edenneiden muotojen esiintyvyyttä, jos hyödyt ja riskit tunnetaan hyvin ja jos seulonnan kustannukset pysyvät hyötyyn nähden hyväksyttävissä rajoissa. (EUR-lex 2016)

Suurin osa syöpätaudeista on ehkäistävissä. Syöpien ehkäisymahdollisuudet ja -keinot vaihtelevat eri syöpätyypeittäin. Terveet elintavat ovat tärkein syöpien ehkäisykeino koko väestössä. Suuri osa syöivistä voitaisiin ehkäistä tupakoimattomuudella ja ehkäisemällä tupakoimattomien altistuminen tupakan savulle, terveellisellä ravinnolla, alkoholin liikakäytön välttämällä, riittäväällä liikunnalla ja ylipainon välttämällä. (THL 2016)

3.3 Lounais- Suomen syöpäyhdistyksen ennaltaehkäisevä toiminta.

Lounais- Suomen Syöpäyhdistys r.y. on kansanterveysjärjestö, joka on perustettu vuonna 1951. Se on Suomen Syöpäyhdistyksen jäsenjärjestö ja suurin maakunnallinen syöpäyhdistys. Toimipisteitä Turussa on kaksi: asiakastoimisto itäisessä keskustassa ja Meri- Karinan palvelukeskus Hirvensalossa. Lisäksi toimipisteitä sijaitsee Loimaalla, Salossa, Uudessakaupungissa ja Forssassa (Lounais- Suomen Syöpäyhdistys 2016). Lounais- Suomen Syöpäyhdistyksen toimintaa ja valintoja ohjaavat syöpäjärjestöjen valtakunnalliset arvot eli inhimillisyys, totuudellisuus, riippumattomuus, yhteisvastuullisuus. Nämä luovat pohjan eettiselle toiminnalle (Syöpäjärjestöjen strategia 2020).

Lounais-Suomen Syöpäyhdistys r.y. solmi Turun ammattikorkeakoulun terveys- ja hyvinvointialan kanssa Syöpäpotilaan hoitopolku 2010–2015 -hankesopimuksen. Tutkimus- ja kehittämistyön tavoitteena oli edistää syöpäsairaan ihmisen, läheisten ja perheiden tarvelähtöisyyteen perustuvaa tiedollista, fyysistä ja psykososiaalista tukea. Hankkeeseen sisältyi muun muassa osiot syöpäkuntoutumisen tuki kiinteäksi osaksi koko syöpähoitopolkua, kehittää syöpäkuntoutuksen vaikuttavia tukimuotoja, myös virtuaalisia sekä vahvistaa kansalaisten ennaltaehkäisevää, terveyttä ja kokonaisvaltaista hyvinvointia edistävää elämäntapaosaaamista. Hankkeeseen liittyi myös vahva moniammatillinen osa- alue, joka piti sisällään vahvistaa syöpäkuntoutuksen monialaisuutta edustavien asiantuntijoiden osaamisverkoston toimintaa, selvittää eri toimijoiden roolit syöpäkuntoutuksessa sekä miten ja missä eri tukimuotoja ja palveluja tuotetaan sekä kehittää syöpäkuntoutuksen tarpeen ja vaikuttavuuden arviointimenetelmiä (Laine, Niemi & Summanen 2014)

Hanke perustui suosituksiin, jotka on esitetty Syövän ehkäisyn, varhaisen toteamisen ja kuntoutumisen tuen kehittäminen vuosina 2014–2025 Kansallisen syöpäsuunnitelman II osa -raportissa (Syöpäjärjestöjen strategia 2020). Yhteistyötä toteutettiin Varsinais-Suomen alueella Lounais-Suomen Syöpäyhdistys r.y.: n, Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirin, Varsinais-Suomen alueen perusterveydenhuollon toimijoiden ja eri järjestöjen kanssa.

Vertaistukihenkilöt ovat keskeisessä roolissa syöpään sairastuneiden tukemisessa. Vertaistukihenkilö on koulutettu tukihenkilö, joka on sairastanut saman sairauden ja antaa oman kokemuksen tai esimerkin avulla tukea ja tietoa sairastuneelle. Vertaistukihenkilöä ja sairastunutta yhdistää tasa-arvoisuus, vuorovaikutuksellisuus, solidaarisuus sekä sairastunut saa tukea arjessa selviytymiseen, mutta tämä ei korvaa ammattityötä. Lounais- Suomen syöpäyhdistyksellä on kattava sekä jatkuva koulutus vertaistukihenkilöille. Vertaistukihenkilötoiminta perustuu vapaaehtoisuuteen. Vertaistukiryhmät ovat osallistujille maksuttomia (Lounais- Suomen Syöpäyhdistys 2016). Tässä opinnäytetyössä vertaistukihenkilöt osallistuivat koulutuspäivään alkuperäisen kohderyhmän tilalla.

4 HYVÄN KOULUTUSPÄIVÄN EDELLYTYKSET

Hyvä koulutuspäivä on informatiivinen sekä vuorovaikutteinen yleisön ja luennoitsijan välillä. Hyvä koulutuspäivä herättää keskustelua ja luo luentojen pohjalta uusia lähestymistapoja sekä keinoja asioiden ilmaisuun. Hyvä koulutuspäivä antaa myös uusia keinoja toteuttaa asioita eri keinoin ja virikkein.

Koulutuspäivämme tarkoitus oli laajentaa nuorten terveyden edistämisen tietoutta sekä antaa menetelmiä osallistujille keinojen kentälle viemiseen.

Parhaiten tämä koulutuspäivän projekti sopii Kettusen projektityypityksen mukaan kertaluonteiseksi toteutusprojektiksi, jossa tavoitteena on toteuttaa ennalta määritellyn mukainen lopputulos, kuten koulutus, tapahtuma, tilaisuus, näytelmä tms. (Kettunen 2009, 17).

Toteutusprojekteissa haasteina ovat ennalta sovittu aikataulu sekä ulkoiset tekijät, joihin voi olla vaikea varautua etukäteen. Toteutusprojektin erityispiirteitä ovat ennalta sovittu tapahtuman ajankohta sekä se, että projektityön määrä ja kiire kasvavat, mitä lähemmäs tapahtuman päivämäärä tullaan. Tapahtuman onnistumista arvioidaan vasta tapahtuman jälkeen.

Tapahtuman suunnittelu tulee aloittaa riittävän ajoissa. Mitä suuremmasta tapahtumasta on kyse, sitä pidempi aika tarvitaan suunnitteluvaiheeseen. Kaikki henkilöt, joita tapahtuman suunnitteluun tarvitaan, kannattaa ottaa mukaan jo mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, jolloin he sitoutuvat projektin tavoitteisiin ja onnistumisen mahdollisuudet siten paranevat. Riittävän pitkää suunnitteluvaihetta puoltaa myös se, että tapahtumaan halutut tekijät ovat sitä todennäköisemmin vapaana, mitä aiemmin ollaan liikkeellä tapahtuman suunnittelussa. (Vallo & Häyrinen 2008, 148.)

Yksi seminaarin onnistumisen kulmakivistä on tarpeeksi suuren ja oikeanlaisen kohderyhmän tavoittaminen. (Blinnikka & Kuha 2004, 42). Kohderyhmänä voivat olla organisaation nykyiset kuin myös potentiaaliset asiakkaat, henkilöstö, omistajat, yhteistyökumppanit sekä erilaiset sidosryhmät. (Vallo & Häyrinen 2003,

135). Ihanteellinen osallistujamäärä riippuu seminaarin tyypistä ja sen tarkoituksesta ja tavoitteista. Seminaari onnistuu parhaiten, jos kutsuttuja on ainoastaan sen verran kuin tarvitaan ja he ovat sellaisia, jotka pystyvät vaikuttamaan tavoitteiden saavuttamiseen. (Blinnikka & Kuha 2004, 42–44.)

Seminaarin puhujiksi tulee kutsua henkilöitä, jotka ovat oman alansa asiantuntijoita sekä joilla on jotain uutta kerrottavaa osallistujille. Puhujien asiantuntijuus takaavat sen, että henkilöt osaavat vastata yleisön kysymyksiin ja saadaan aikaan toimivaa keskustelua. Puhujalla täytyy olla lisäksi esiintymistaitoja. (Blinnikka & Kuha 2004, 100–101.)

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

5.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä tai järkeistämistä. Se voi olla myös jonkin tapahtuman toteuttaminen kuten messuosaston, konferenssin, kansainvälisen kokouksen järjestäminen tai näyttely riippuen koulutusalaista. (Vilkka & Airaksinen 2003, 9.)

Opinnäytetyö on toiminnallinen (Vilkka & Airaksinen 2013) sisältäen koulutuspäivän kokonaisvaltaisen suunnittelun, organisoinnin sekä toteuttamisen ohjausryhmän tuella. Opinnäytetyö sisälsi koulutuspäivän kokonaisvaltaisen suunnittelun ja organisoinnin ohjausryhmän tuella, koulutuspäivän käytännön toteutuksesta vastaamisen sekä koulutuspäivän arvioinnin palautekyselylomakkeen avulla.

Tapahtuman järjestäminen on projekti ja tämän opinnäytetyön toteutuksessa on edetty projektityön mukaisesti. Projektin tunnuspiirteisiin kuuluu tavoitteen asettaminen, vastuuhenkilöiden valinta, henkilö-, aika- ja paikkaresurssit, selkeä työnjako ja seuranta sekä lopuksi arvio (Jyväskylän Yliopisto 2016). Toiminnallinen opinnäytetyö alkoi toimeksiannon hankkimisesta Lounais-Suomen syöpäyhdistyksen nuorten syövän ennaltaehkäisy koulutuspäivään. Tämä opinnäytetyö oli osaltaan alustamassa syöpäjärjestöjen strategiassa tärkeäksi nousseessa painopisteessä syöpää ennaltaehkäisevässä ja terveyttä edistävässä toiminnassa.

Yhteistyötä tehtiin Lounais- Suomen Syöpäyhdistyksen toimijoiden kanssa tiiviisti koulutuspäivän suunnitteluvaiheessa. Sovittuja palavereja, sähköpostiviestejä ja puhelin keskusteluja käytiin useita kevään aikana. Kutsu ja ohjelma koulutuspäivään suunniteltiin yhdessä heidän kanssaan. Kutsut myös lähetettiin Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen toimesta.

5.2 Koulutuspäivän suunnittelu

Opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää Nuorten terveyden edistämisen koulutuspäivä 3.9.2016 klo 10.00 - 15.00 Meri- Karinassa, Turun Hirvensalossa. Koulutuspäivä oli informatiivinen, maksuton koulutuspäivä Turun ja ympäristökuntien yläkoulujen terveydenhoitajille, terveystiedon opettajille ja muille yläkouluissa tai nuorisoseuroissa nuorten kanssa työskenteleville mm. Turun Palloseura, sekä muille asiasta kiinnostuneille. Osallistuja määräksi arvioitiin n. 90 hlöä.

Suunnitelmassa koulutuspäivä koostui kolmesta asiantuntijaluennosta, jossa asiantuntijoina toimivat Lounais- Suomen Syöpäyhdistyksen toiminnanjohtaja Ville Viitanen, TtT Pia Suvivuo Turun AMK:sta sekä Suomen syöpäyhdistyksestä TtM Virve Laivisto.

Lisäksi suunniteltiin pöytäkeskustelut n.6 henkilön ryhmissä pöytäemäntien johdolla. Tarkoituksena oli nostaa esiin, miten terveyden edistämistä voidaan tuoda nuorille mm. integroimalla muuhun opetukseen, järjestämällä teemapäiviä kouluissa, erilaisia oppilaiden omia projekteja ja ryhmätöitä näistä aiheista. Näistä pöytäkeskusteluista oli tarkoitus tehdä kooste/ työkalu kouluille jaettavaksi. Koulutuspäivän yhteyteen suunniteltiin kahvitarjoilu ja omakustanteinen lounas Meri-Karinan ravintolassa.

5.3 Koulutuspäivän toteutus

Alustavat kutsut lähetettiin 23.6.2016 sähköpostitse Turun seudun yläkouluille ja terveydenhoitajille, nuorisoseuroille sekä lisäksi LSSY:n tiedotuskanavia myöten muille asiasta kiinnostuneille. Muistutuskutsut lähetettiin elokuun aikana. Koska suunniteltua kohderyhmää ei tavoitettu, kohderyhmä ja toteutus muuttuivat. Uusi kohderyhmä oli Lounais -Suomen syöpäyhdistyksen koulutuksessa olevat vertaistukihenkilöt, joita osallistui koulutuspäivään 12 henkilöä.

Ohjelma (liite 1.) koostui syöpäyhdistyksen yhteistyön esittelystä Turun Ammatti- korkeakoulun ja muiden oppilaitosten kesken sekä nuorten terveyskäyttäytymi-

sen haasteista. koulutuspäivän tarkoituksena oli koota nuorten kanssa työskenteleviä kuulemaan ja keskustelemaan keinoista, joilla voidaan edistää nuorten terveyttä ennaltaehkäisemällä nikotiinivalmisteiden, kuten nuuskan käytön ja tupakoinnin aloitusta. Koulutuspäivän aikana kiinnitettiin huomiota myös UV- säteilyn vaaroihin ja oikeanlaisen aurinkokäyttämisen ohjaamiseen. Koska kohde-ryhmä muuttui myös ohjelmaa (liite 2.) muutettiin vertaistukiryhmälle sopivaksi.

Lounais -Suomen syöpäyhdistyksen toiminnanjohtaja Ville Viitanen avasi koulutuspäivän kertomalla syöpäyhdistyksen ja eri oppilaitosten mm. Turun Ammattikorkeakoulun yhteistyöstä. Yhteistyö eri oppilaitosten kanssa on vuorovaikutteista, opiskelijat saavat tuntumaa työelämää ja kehittämisprojekteja. Toisaalta syöpäyhdistys saa uusinta asiantuntemusta ja tutkimustietoa organisaation käyttöön.

TtT Pia Suvivuo luennoi nuorten ajatuksista ja suhtautumisesta terveyteen. Hän arvioi terveyden edistämisen käsitettä ja siihen liittyvää teoriaa. Hän on perehtynyt terveysuskomusmallin, Health Belief Model, hyödynnettävyyteen nuorten terveyden edistämisessä.

Turun ylemmän ammattikorkeakoulun opiskelija Satu Takala luennoi Suomen syöpäyhdistyksen TtM Virve Laiviston materiaaleista auringon UV-säteilyn haitoista ja oikeanlaisen suojautumisen vaikutuksesta syövän torjunnassa, sillä 95% ihosyöivistä olisi ehkäistävissä oikeanlaisella suojautumisella. Samassa luennoissa kuultiin myös nikotiinin vaaroista, erityisesti nuuskan käytön haitoista ja nuorten asenteista tupakkatuotteita kohtaan. Tutkimusten mukaan nikotiinivalmisteiden yhteys syöpäriskiin lisääntyy ja sairastuminen syöpään on ilmeinen. Lisäksi oli tietoisku jo valmiina olevista verkkomateriaaleista esim. Työkalupakki yms. joita löytyy syöpäjärjestöjen ja opetushallituksen sivustoilta.

Tähän koulutuspäivään liittyi kiinteästi kaksi muuta Turun ammattikorkeakoulun opinnäytetyötä; (Heiskala & Salonen 2016) *Nuuskankäytön ennaltaehkäisy ja terveyden edistäminen nuorilla* sekä (Löppönen & Maaranen 2016) opinnäytetyö *Ihosityövän ennaltaehkäisy ja terveyden edistäminen – nuorten aikuisten turvallisen aurinkokäyttämisen edistäminen*.

5.4 Palaute koulutuspäivästä

Palautetta kerättiin koulutuspäivän alussa jaettujen palautelomakkeiden (liite 3.) avulla sekä koulutuspäivän jälkeisellä palautuskeskustelulla toimeksiantajan edustajan kanssa. Palautelomakkeita jaettiin jokaiselle koulutuspäivään osallistujalle ja saimme takaisin 13, koska yksi koulutuksen edustaja oli antanut myös arvioinnin. Arviointi oli asteikolla 1-5, 1= erittäin huono – 5=erittäin hyvä. Koulutuspäivän onnistumisen kokonaisarvosanoja 5 annettiin 3 kpl, 4 annettiin 8 kpl, 3 annettiin 2 kpl. Näiden perusteella voidaan todeta että, koulutuspäivä oli hyvin järjestetty ja onnistunut. Myös jälkeenpäin käydyssä palautekeskustelussa Lounais-Suomen syöpäyhdistyksen koulutuksesta vastaavan hoitajan kanssa, saatiin positiivista palautetta, niin suunnittelusta, kuin päivän onnistuneesta toteutuksestaakin. Palautelomake sisälsi myös avoimia kysymyksiä, mutta kohderyhmän muutoksen takia oheistimme täyttämään vain numeraaliset kohdat.

Alkuperäisenä ajatuksena järjestää koulutuspäivä koulun terveydenhoitajille ja muille koulussa työskenteleville lähti opinnäytetyöntekijöiden aloitteesta. Tarkoituksena oli jakaa viimeisempää tietoa ammattilaisille nuorten kanssa toimijoille. Tätä kohderyhmää ei kuitenkaan tavoitettu.

Tämän toteutuneen koulutuspäivän jälkeen heräsi ajatus, voisiko jo valmiiksi koulutuksessa olevat vertaistukihenkilöt olla niitä, jotka jalkautuisivat kouluihin jakamaan uusinta tietoa nikotiinivalmisteista ja aurinkokäyttäytymisestä nuorille. Tarkoituksena näin edistää yhteistyötä ja verkostoitumista Lounais- Suomen Syöpäyhdistyksen ja sivistystoimen kanssa.

6 POHDINTA

6.1 Eettisyys ja luotettavuus

Toiminnallisessa opinnäytetyössä noudatetaan samoja eettisiä periaatteita, kuin tutkimuksen tekemisessä. (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara. 2007) mukaan eettisesti hyvä tutkimus edellyttää, että muiden tutkijoiden tuotosta ei tule esittää omana tuotoksena ja lähdeviittauksen tulee aina vastata alkuperäisen lähteen tekstiä. Näin vältetään toisten tekstien plagioinnista.

Tässä opinnäytetyössä noudatettiin Opetus- ja kulttuuriministeriön asettaman tutkimuseettisen neuvottelukunnan hyvän tutkimuksen käytännön ohjeita. Opinnäytetyön suunnittelu pohjautui yleisiin tutkimuseettisiin toimintatapoihin eli rehellisyyteen, yleiseen huolellisuuteen ja tarkkuuteen tutkimustyössä, tulosten tallentamiseen, esittämiseen sekä niiden arviointiin. Opinnäytetyön toimeksiantaja esiteltiin myös asianmukaisesti. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2016)

Koemme opinnäytetyömme olevan uskottava sekä eettisesti kestävä, koska kirjallinen materiaali on tunnettua ja peräisin luotettavista lähteistä. Verkkomateriaalia käytimme paljon, koska sitä on helposti saatavilla.

Tässä opinnäytetyössä noudatettiin Turun ammattikorkeakoulun terveystieteen kirjallisen työn oheistuksia sekä lähdeviittaustekniikkaa. Opinnäytetyössä käytetyt viitteet ovat tuoreita sekä ajankohtaisia.

Kirjallisuuskatsausta varten etsittiin tietoa useista eri tietokannoista käyttämällä hakutermejä terveyden edistäminen, nuoret, syöpä ja näiden englanninkielisiä vastineita cancer, wellbeen sekä healthpromotion.

Tiedonhaunprosessi oli haastavaa, koska rajasimme haun 2006- 2016 vuosina tehtyihin kirjallisuuteen, julkaisuihin sekä rajausta oli 13- 18 vuotiaisiin. Rajausta voitiin tehdä siksi, että aiheemme on alati muuttuva ja keinot sairauksien hoitoihin kehittyvät jatkuvasti.

Ensimmäinen haku (liite 4.) tehtiin Cinahl- tietokannasta asiasanoilla cancer ja healthpromotion. Ensimmäinen haku tehtiin asiasanalla cancer, jonka hakutulos oli 9206 osumaa, joista yksi valikoitui opinnäytetyöhön. Seuraavaksi hakua rajattiin vuosiin 2006- 2016 sekä ikärajaus 13- 18- vuotiaat. Tulokseksi saatiin 198 osumaa. Näistä osumista yksi valikoitui opinnäytetyöhön. Saman tietokannan sisällä teimme myös kolmannen haun, joka pohjautui asiasanoihin cancer* and healthpromotion* and prevention*. Rajauksena olivat asiasanojen synonyymit, tiivistelmä ja viitteet, jolloin tuloksena saatiin 109 osumaa. Näistä yksi oli sama osuma, kuin ensimmäisessäkin haussa.

Neljäs haku tehtiin The Cochrane Library tietokannasta asiasanoilla cancer* and healthpromotion* and teen- age*. Rajauksena käytettiin vuodet 2006- 2016, otsikko, tiivistelmä sekä asiasanat. Osumaksi saatiin 1, joka ei vastannut opinnäyteaihetta.

Viides haku tehtiin kotimaisessa Medic- tietokannasta hakusanoilla cancer* and wellbeen* and young*, joka tuotti 13 osumaa. Rajasimme aihealueen asiasanojen synonyymeihin. Osumia ei ollut. Teimme samasta tietokannasta uuden haun asiasanoilla syöpä* ja terveyden edistäminen* ja nuoret*, joka tuotti viisi osumaa, joista yksi vastasi opinnäyteaihetta.

Kuudes haku tehtiin TamPub- tietokannasta asiasanoilla 1. syöpä, 2. terveyden edistäminen ja 3. nuoret. Rajauksena koko teksti, joka tuotti 41 osumaa, joista yksikään ei vastannut opinnäytetyötämme. Seitsemäs haku tehtiin asiasanoilla syöpä ja nuoret, tuotti 127 osumaa, joista yksikään ei vastannut opinnäyteaihetta.

Tietoa haettiin myös Suomen syöpäjärjestöjen verkkosivuilta mm. Syöpäjärjestöjen strategia, eri syöpäjärjestöt, Sosiaali- ja terveysministeriö sekä Terveyden ja hyvinvoinninlaitos.

Toimeksiantaja sekä yhteistyökumppani oli Lounais- Suomen Syöpäyhdistys. Opinnäytetyön toiminnallisen osuuden eli koulutuspäivän suunnittelu toteutettiin toimeksiantosopimuksen mukaisesti, tutustuttiin toimeksiantajan toimintaa ohjaaviin periaatteisiin sekä yleisiin myös valtakunnallisiin syöpästrategiassa esitettyihin arvoihin. (Syöpäjärjestöjen strategia 2020). Opinnäytetyö suunniteltiin, toteutettiin sekä raportoitin ammattikorkeakoulun käytännön ja ohjeiden tavalla.

6.2 Prosessin arviointia

Toimeksiannon jälkeen aloitimme työstämään saatua aihetta koulutuspäivän järjestämisestä Lounais-Suomen syöpäyhdistykselle. Aihe-esittelyssä ehdotettiin suunniteltavaksi jatkoseminaari syöpäkuntoutuksen kehittämisen ja verkostoitumisen tiimoilta syöpäjärjestöjen neuvontahoitajille. Aloimme työstämään aihetta ja suunnitella seminaaria. Yhteydenotto Lounais- Suomen Syöpäyhdistyksen koulutuksesta vastaavaan hoitajaan saimme kuulla, ettei sen kaltaiselle seminaarille ole nyt tarvetta, vaan aiheen pitäisi liittyä nuorten terveyden edistämiseen. Opinnäytetyö sai uuden käänteen.

Koska kaksi muuta ryhmämme opinnäytetyötä liittyivät nuorten terveyden edistämiseen nuuska ja aurinkokäyttäytyminen, päätettiin suunnitella informatiivinen koulutuspäivä näiden aiheiden pohjalta.

Kohderyhmäksi suunniteltiin nuorten kanssa päivittäin työskentelevät henkilöt, koulujen työntekijät sekä nuorisojärjestöjen toimijat. Kutsut päätettiin lähettää yläkoulujen terveydenhoitajille, opettajille ja koulunkäyntiohjaajille sekä lukuisille nuorison kanssa vapaa aikana toimiville. Kutsu pitää olla mielenkiintoa herättävä sekä kohderyhmälle sopiva. Kutsu voi olla kirje, kortti, sähköpostiviesti, puhelinsoitto tai vaikkapa jokin toimitettu esine, joka sisältää kutsun. (Vallo & Häyrinen 2008, 120-121.)

Voidaan todeta, että aikataulutus olisi voinut olla erilainen. Kutsun suunnittelu viivästyi monesta syystä ja ne saatiin lähetettyä vasta koulujen kesäloman jo alkaessa. Tämä osaltaan vaikutti suunnitellun kohderyhmän tavoittamiseen. Vaikka kutsut lähetettiin uudelleen ja ilmoittautumisaikaa pidennettiin, koulutuspäivään ei määräaikaan ilmoittautunut valittua kohderyhmää.

Asiaan vaikutti varmasti monta tekijää. Koulutuspäivä osui ajankohtaan, jossa peruskoulujen opetussuunnitelmaa oltiin muutettu, ja opettajilla oli siihen liittyvää koulutusta paljon. Myös päivävalinta olisi voinut olla toinen, nyt se oli lauantai, olisiko arkipäivä ollut parempi?

Heräsi myös kysymys luentoaiheiden tavanomaisuudesta; nikotiinivalmisteet ja aurinko. Tärkeitä aiheita, mutta ajatellaanko tietoa olevan jo tarpeeksi, ettei sitä tarvita enempää tai on tärkeämpiäkin aiheita koulutukseen. Koska koulutuspäivän suunnittelu ja järjestelyt olivat olleet suuritöisiä, päätettiin koulutuspäivä toteuttaa suunniteltuna ajankohtana. Lounais- Suomen Syöpäyhdistyksen toimintaan kuuluu vahvasti vertaistukihenkilöiden koulutus ja niin päätettiin vaihtaa kohderyhmä heihin. Tämä järjestely oli mahdollista, sillä koko prosessin ajan yhteistyö Lounais- Suomen Syöpäyhdistyksen kanssa oli sujunut.

Koulutuspäivän toteutus oli ennalta suunniteltu hyvin, tilan järjestelyt oli tarkistettu paikan päällä ja yhteyttä pidettiin Meri- Karinan henkilökunnan kanssa. Luennoitsijoiden kanssa oli sovittu aikataulut ja ennalta saatiin luentomateriaalit. Viimehetken muutos oli ohjelman tiivistäminen koko päivän ohjelmasta, aamupäivän ohjelmaksi. Kohderyhmän muututtua, suunniteltu toiminnallinen osuus jäi pois. Tämä vaikutti opinnäytetyön yhden tavoitteen tulokseen. Tavoitteena oli työstää helposti käyttöön otettava työkalu kouluille muun opetuksen lomassa työstettävään terveyden edistämisen materiaaliin. Kohderyhmää emme tavoittaneet, joten nuorten ennaltaehkäisyn tukeminen jäi vaillinaiseksi kaikin tavoin.

Opinnäytetyö on ollut enemmänkin mielenkiintoinen tutkimusmatka projektimaailmaan. Monen tekijän yhteistyön tärkeys on korostunut. Sitoutuminen ja motivaatio työn loppuun viemiseksi on hetkittäin rakoillut, mutta ohjausryhmän tuki ja kannustus saivat jatkamaan.

Erilaiset vuorovaikutus-, ongelmanratkaisu-, päätöksenteko-, yhteistyötaidot ovat kehittyneet tätä työtä tehdessä. Myös kehittämis-, eettinen- sekä yhteiskunnallinen osaaminen on kasvanut.

6.3 Kehittämis ehdotukset

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tulosten perusteella voimme ehdottaa jatkossa vertaistukihenkilökoulutuksen kehittämistä ja laajentamista informaation jakamiseen myös Lounais-Suomen syöpäyhdistyksen paikallisyhdistysten alueiden sivistystoimen yksiköihin. Näin myös nuorten terveyden edistämistä tulisi laajemmalle yleisölle jaettua.

LÄHTEET

Blinnikka, P. & Kuha, M. 2004. Ideasta kokoukseksi Asiakaslähtöisten kokousten ja kongressien järjestäminen. Jyväskylä. Jyväskylän yliopistopaino.

E. Antila, S. Kurunmäki, A. Leppänen, S.-M. Salomäki. 2010. Kahdeksan tien-
viitta terveyteen. Saatavilla myös osoitteesta
<http://www.sitra.fi/julkaisu/2010/kahdeksan-tienviittaa-terveyteen>

EDU 2016. Viitattu 19.11.2016 <http://edu.fi/perusopetus/terveystieto>

EU: n lainsäädännön ja julkaisut 2016. Viitattu 17.10.2016

<http://eur-lex.europa.eu>

Helldán, A. & Helakorpi, S. 2015. THL. Suomalaisen aikuisväestön terveyskäyt-
täytyminen ja terveys. 2014. - Health Behaviour and Health among the Finnish
Adult Population.

Hirsijärvi, Remes & Sajavaara. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki. Tammi 2007

Jyväskylän Yliopisto 2016. Viitattu 11.11.2016.

<https://www.jyu.fi>

Kettunen, Sami 2009. Onnistu projektissa. Juva: WS Bookwell Oy.

Laine, S.; Niemi, M. & Summanen, J. 2014. Syöpäkuntoutuksen uudet muodot
potilaan tukena. Turun Ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.

Liimakka, S.; Ollila, H.; Ruokolainen, O.; Sandström, P. & Heloma, A. 2015. THL.
Nuorten nuuskaaminen koulu- ja opiskeluterveydenhuollon ammattilaisten näkö-
kulmasta: Yhteistä linjaa etsimässä? Raportti 2/2015.

(STM) Sosiaali- ja terveysministeriö 2016. Viitattu 23.10.2016

<http://stm.fi/terveyden-edistaminen>

Sylva ry. 2016. Nuorten ja aikuisten syöpäsairaudet. Viitattu 17.10.2016
<http://www.sylva.fi/fi/nuoret-ja-nuoret-aikuiset/>

Syöpäjärjestö 2016. Viitattu 16.10.2016. <http://stm.fi/terveyden-edistaminen>

Lounais- Suomen Syöpäyhdistys 2016. Syöpäjärjestöjen strategia 2020. 2015.
Helsinki: Syöpäjärjestöt. Viitattu 19.11.2016. <https://syopajarjestot.fi>

(THL) Terveys- ja hyvinvoinnin laitos. Syövän ehkäisy. Viitattu 17.10.2016
<https://www.thl.fi/fi/web/kansantaudit/syopa/syovan-ehkaisy>

Terveyden ja Hyvinvoinnin laitos. 2014. Syövän ehkäisy, varhaisen toteamisen ja kuntoutumisen tuen kehittäminen vuosina 2014-2025. Juvenes Print- Suomen Yliopistopaino Oy

Terveyden ja Hyvinvoinnin laitos. 2015. Suomalaisen aikuisväestön terveyskäyttäytyminen ja terveys (AVTK) 1978- 2014.

Terveyskirjasto 2016

http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00682

Turun Ammattikorkeakoulu 2016. Viitattu 23.10.2016

<https://messi.turkuamk.fi/opiskelu/9/Sivut/etusivu.aspx>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2016. Viitattu 19.11.2016. <http://www.tenk.fi>

Vallo, H & Häyrinen, E. 2008. Tapahtuma on tilaisuus – tapahtumamarkkinointi ja tapahtuman järjestäminen. Tallinna: AS Pakett.

Vilkka, H & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä. Gummerus Kirjapaino Oy.

Kutsu koulutuspäivään *Nuorten terveyden edistäminen*, vanha kutsu

YHTEINEN KOULUTUSPÄIVÄ MERI-KARINASSA

Nuorten terveyden edistäminen

LA 3.9. KLO 9–15 (SEISKARINKATU 35, TURKU)

OHJELMA

klo 9.00–9.15	Ilmoittautuminen ja kahvi
klo 9.15–9.30	Koulutuspäivän avaus, toimitusjohtaja, KTM Ville Viitanen, Lounais-Suomen Syöpäyhdistys
klo 9.30–10.30	Terveyskomusmalli nuorten terveyden edistämisessä, TtT Pia Suvivuo, Turun AMK
	Keskustelu ja jaloittelutauko
klo 10.45–11.45	Nuuska nuorten maailmassa Aurinkoa vain kohtuudella kehittämispäällikkö, TtM Virve Laivisto, Suomen Syöpäyhdistys
klo 11.45–12.30	Omakustanteinen lounas
klo 12.30–13.00	"Aurinkoagentit" - ja "Nuuskamuikkuset" -projektien tuloksia Turun AMK
klo 13.00–13.15	Ohjeistus iltapäivän työskentelyyn
klo 13.15–14.45	Työpajatyöskentely ja tuotokset sairaanhoidon opiskelijat Pia Eskola ja Päivi Rantanen, Turun AMK
klo 14.45–15.00	Kahvi, yhteenveto ja päivän päätös projektipäällikkö, YAMK-opiskelija Satu Takala

Koulutuspäivä on maksuton. Omakustanteinen lounas 9 €.

ILMOITTAUTUMISET sähköpostilla 18.8.2016 mennessä: kursssi@lssy.fi
Merkitse selvästi tilaisuus, johon ilmoitaudut, sekä nimesi, ammattinimikkeesi ja toimipaikkasi. Ilmoita myös mahdolliset ruoka-allergiat.

LISÄTIEDOT

Pia Eskola
pia.eskola@edu.turkuamk.fi
044 530 2470

Päivi Rantanen
paivi.rantanen@edu.turkuamk.fi
050 300 8559



*Lämpimästi
tervetuloa!*

Kutsua voi jakaa eteenpäin.

Koulutuspäivän tarkoitus ja tavoite

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos on nostanut esiin, että nuuskan käyttö nuorella iällä lisää suuontelon, nielun ja nenän alueen syöpää. Myös auringon ja solariumin UV-säteilystä johtuvat ihosyövät ovat yleistyneet viime aikoina, ja sama trendi jatkuu yhä.

Koulutuspäivän tarkoituksena on koota nuorten kanssa työskenteleviä kuulemaan ja keskustelemaan keinoista, joilla voidaan edistää nuorten terveyttä ennaltaehkäisemällä nikotiinivalmisteiden, kuten nuuskan käytön ja tupakoinnin, aloitusta. Samalla kiinnitetään huomiota UV-säteilyn vaaroihin ja oikeanlaisen aurinkokäytännön ohjaamiseen.

Koulutuspäivän tavoitteena on löytää hyviä käytäntöjä, joilla voidaan vaikuttaa nuorten terveyskäyttäytymiseen.

Kohderyhmä

Yläkoulujen terveydenhoitajat, terveystiedon opettajat sekä muut kouluissa ja nuorisjärjestöissä työskentelevät. Myös muut asiasta kiinnostuneet ovat tervetulleita.

Kutsu koulutuspäivään *Nuorten terveyden edistäminen*, uusi kutsu

YHTEINEN KOULUTUSPÄIVÄ MERI-KARINASSA

Nuorten terveyden edistäminen

LA 3.9. KLO 9–15 (SEISKARINKATU 35, TURKU)

OHJELMA

klo 9.00–9.15	Ilmoittautuminen ja kahvi
klo 9.15–9.30	Koulutuspäivän avaus, toimitusjohtaja, KTM Ville Viitanen , Lounais-Suomen Syöpäyhdistys
klo 9.30–10.30	Terveyskomusmalli nuorten terveyden edistämiseksi, TtT Pia Suvivuo , Turun AMK
	Keskustelu ja jaloittelutauko
klo 10.45–11.45	Nuuska nuorten maailmassa Aurinkoa vain kohtuudella kehittämispäällikkö, TtM Virve Laivisto , Suomen Syöpäyhdistys
klo 11.45–12.30	Lounas
	Vertaistukihenkilöiden toiminnanohjauksellinen osuus alkaa
klo 13.00	Tervetuloa, neuvontahoitaja, TtK Leevi Sandell
klo 13.15–13.30	Vertaistukihenkilön puheenvuoro, Maia Rehula
klo 13.30–15.00	Psykoogi Virpi Lyyra : pohditaan yhdessä käytännön tilanteita, tarkoituksena tukea ja huolehtia vertaistukihenkilön jaksamisesta sekä vahvistaa hänen osaamistaan.
klo 15.00	Kahvi, yhteenveto ja päivän päätös

Koulutuspäivä on maksuton.

ILMOITTAUTUMISET sähköpostilla 18.8.2016 mennessä: kurssi@lssy.fi
Merkitse selvästi tilaisuus, nimesi sekä sen, että olet vertaistukihenkilö.
Ilmoita myös mahdolliset ruoka-allergiat.

LISÄTIEDOT

Leevi Sandell
leevi.sandell@lssy.fi
044 451 5526

Niina Ollikainen
niina.ollikainen@lssy.fi
044 451 5526



LOUNAIS-SUOMEN
SYÖPÄYHDISTYS

TURKU AMK
TURKU UNIVERSITY OF
APPLIED SCIENCES



*Lämpimästi
tervetuloa!*

Kutsua voi jakaa eteenpäin.

Koulutuspäivän tarkoitus ja tavoite

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos on nostanut esiin, että nuuskan käyttöä nuorella iällä lisää suuontelon, nielun ja nenän alueen syöpää. Myös auringon ja solariumin UV-säteilystä johtuvat ihosyövät ovat yleistyneet viime aikoina, ja sama trendi jatkuu yhä.

Koulutuspäivän tarkoituksena on koota nuorten kanssa työskenteleviä kuulemaan ja keskustelemaan keinoista, joilla voidaan edistää nuorten terveyttä ennaltaehkäisemällä nikotiinivalmisteiden, kuten nuuskan käytön ja tupakoinnin, aloitusta. Samalla kiinnitetään huomiota UV-säteilyn vaaroihin ja oikeanlaisen aurinkokäytännön ohjaamiseen.

Koulutuspäivän tavoitteena on löytää hyviä käytäntöjä, joilla voidaan vaikuttaa nuorten terveyskäyttäytymiseen.

Kohderyhmä

Yläkoulujen terveydenhoitajat, terveystiedon opettajat sekä muut kouluissa ja nuorisjärjestöissä työskentelevät. Myös muut asiasta kiinnostuneet ovat tervetulleita.

KOULUTUSPÄIVÄN PALAUTELOMAKE

Arviointi asteikolla 1 – 5 (1= erittäin huono - 5 = erittäin hyvä)

1. Kokonaisarvosanasi koulutuspäivälle (1-5) _____
2. Vastasiko koulutuspäivä odotuksiasi/toiveita (1-5)? _____
3. Arvosanasi koulutuspäivän järjestelyistä (1-5)? _____
4. Arvosanasi ulkoisista puutteista
(tila, ruokailu, viihtyvyys mm.) (1-5)? _____
5. Miten sait tiedon koulutuspäivästä? _____
6. Sujuiko ilmoittautuminen hyvin? KYLLÄ EI
7. Oliko aikataulutus hyvä? KYLLÄ EI
8. Oliko koulutuspäivä ajankohtainen? KYLLÄ EI

Risut:

Kiitokset:

Muita ajatuksia/huomioita:

Lämmin kiitos palautteestasi!

Lounais- Suomen Syöpäyhdistys r. y

Turun Ammattikorkeakoulu

Hakutaulukko

Tietokanta/ tietolähde	Hakusanat	Rajaukset	Osumien määrä	Käytet- tyjen osu- mien määrä
Cinahl	cancer	Julkaisut vuosilta 2006- 2016, ikä 13- 18v., synonyymit, koko tekstin linkitys, tiivistelmä ja liitteet	9206	1
Cinahl	cancer and health promo- tion	Julkaisut vuosilta 2006- 2016, ikä 13- 18v., synonyymit, koko tekstin linkitys, tiivistelmä ja liitteet	198	1
Cinahl	cancer* and health promo- tion* and prevention*	Julkaisut vuosilta 2006- 2016, ikä 13- 18v., synonyymit, koko tekstin linkitys, tiivistelmä ja liitteet	109	1
Cochrane	cancer* and health promo- tion* and teen- age*	Julkaisut vuosilta 2006- 2016	28	0
Medic	cancer* and wellbeen* and young*	asiasanojen syno- nyymit käytössä, julkaisut vuosilta 2006- 2016	13	0
Medic	syöpä* ja terveyden edistäminen* ja nuoret*	asiasanojen syno- nyymit käytössä, julkaisut vuosilta 2006- 2016	5	1

TamPub	syöpä ja terveyden edistäminen ja nuoret	koko teksti	41	0
--------	--	-------------	----	---

